



# *les bonnes recettes de Marithé*

## **Nœuds briochés SANS OEUFS**

PRÉPARATION : 20 mn

REPOS DE LA PÂTE : 5 heures

CUISSON : 20 mn

### INGRÉDIENTS

- 20 g de levure de bière,
- 625 g de farine de blé + farine pour la plaque,
- 15 g de sucre en poudre,
- 2 pincées de sel fin,
- 125 g de beurre ramolli + beurre pour la plaque,
- 20 cl de lait.

### INSTRUCTIONS

- Emietter la levure et la délayer dans 2 cuillerées à soupe d'eau chauffée à 37°. Ajouter 125 g de farine, mélanger bien et laisser gonfler le levain 2 heures sous un torchon et à l'abri des courants d'air. Il doit doubler de volume.
- Sur le plan de travail, mettre le reste de la farine, le sucre, le sel et le beurre coupé en petits morceaux.
- Pétrir la pâte en la mouillant peu à peu avec le lait. Vous devez obtenir une pâte souple mais ferme.
- Incorporer le levain et laisser lever 2 heures.
- Diviser la pâte en morceaux de la grosseur d'une mandarine.
- Rouler chaque morceau en boudin sur un plan de travail fariné. Les nouer. Les poser au fur et à mesure sur la plaque du four tapissée d'une feuille de papier sulfurisé, préalablement beurrée et farinée.
- Laisser encore lever une heure.
- Faire cuire à four chaud (210°, th. 7) 8 à 10 mn. Baisser la température (150°, th. 5) et poursuivre la cuisson 10 mn.
- Décoller les nœuds avec une spatule et les laisser refroidir sur une grille.
- Faire un petit caramel blond (100 g de sucre + 2 cuil. à soupe d'eau, 5 mn sur feu doux) et étaler sur les nœuds à l'aide d'une cuillère à café.

Vous pouvez ajouter un peu de cacao à la pâte.

Recette élaborée par  
Mme Marie-Thérèse ROTH



Service de  
Médecine Interne,  
Immunologie Clinique  
et Allergologie  
Hôpital Central  
29, Av. de Lattre de Tassigny  
54035 NANCY Cedex